

Fadoq Notre-Dame-du-Mont-Carmel

Place Sociocommunautaire, 931, rang Saint-Flavien, Notre-Dame-du-Mont-Carmel



Club N.-D.-du-Mont-Carmel
Région Mauricie

Yoga pour aînés

Le yoga doux est destiné aux débutants, aux personnes âgées ou aux personnes voulant reprendre le yoga en douceur.

Les cours ouverts se déroulent en plusieurs étapes : une période de détente, des exercices de respiration, la salutation au soleil, les 12 postures de base adaptées et une relaxation finale.

Endroit....Place Sociocommunautaire, 931, rang Saint-Flavien, Notre-Dame-du-Mont-Carmel

Début.....Mercredi, le 10 janvier 2018

Heure.....de 10 h à 11 h

Durée.....session de 10 semaines (*jusqu'au 14 mars*)

Coût :	Payable au premier cours	Ou payable en 2 versements :
Pour la session	75 \$	40 \$ le 10 janvier et 35 \$ le 14 février 2018

Un reçu sera émis sur demande.

Pour information et inscription : Roger Carignan .. 819-537-9501
819-996-5948

Conseils utiles :

- ♦ Arrivez au moins 10 minutes avant le début du cours.
- ♦ Évitez de manger deux à trois heures avant le cours.
- ♦ Prévoyez des vêtements souples et confortables.

Votre professeur : JAMES GHAZI

Professeur de yoga, certifié par le Yoga Alliance (Yoga Siromani), du centre Sivananda Yoga Vedanta, au Canada.

Modalités de paiement

L'Office de la protection du consommateur nous autorise à demander un paiement unique, si la valeur totale du cours est de 100 \$ ou moins (*incluant les taxes*).

Cependant, nous permettons que le montant total puisse être payé en 2 versements sensiblement égaux, soit au début et au milieu de la session de cours.

Source : <http://www.opc.gouv.qc.ca/consommateur/bien-service/cours-entrainement-garderie/cours/conseils/modalites-paiement/>

Vous ne vous présentez pas à un cours ?
Nous devons exiger de payer le cours, car il a eu lieu.

Veillez noter que ces mesures sont nécessaires, car nous devons payer le professeur.

Formulaire d'inscription

Cours : **Yoga pour aînés**

Lieu : **Place Sociocommunautaire, 931, rang Saint-Flavien, Notre-Dame-du-Mont-Carmel**

Période : **Les mercredis, du 10 janvier au 14 mars 2018 (10 semaines)**

Horaire : **de 10 h à 11 h**

Coût : 75 \$, payable au premier cours

ou en 2 versements

Reçu requis : **Oui** **Non**

(40 \$ le 10 jan. et 35 \$ le 14 fév. 2018)

Fiche du participant

Nom : _____

Prénom : _____

Sexe : Féminin Masculin Date de naissance : _____

Adresse : _____

Ville : _____ Code postal : _____

Téléphone : _____ Cellulaire : _____

Courriel : _____

(Le reçu pour cette activité sera envoyé à cette adresse.)

Signature du participant

Roger Carignan, prés., Fadoq N.-D.-du-Mont-Carmel